

骨碎补的医学应用与食用方法

□ 邱波

在中医传统理论中,活血化瘀药是一类具有疏通血脉、消散淤血、缓解疼痛的药物,广泛应用于内科、外科、妇科、儿科以及伤科等多个医学领域。其中,骨碎补以其独特的功效和广泛的应用范围,成为了活血化瘀药中的佼佼者。本文将详细解析骨碎补的药学、功效、应用以及使用注意事项,为读者带来关于这一中药的医学科普知识。

一、骨碎补的来源与性状

骨碎补,又称猴姜、毛姜、申姜等,是水龙骨科植物槲蕨的干燥根茎。其根茎呈扁平长条状,多弯曲,表面密被深棕色至暗棕色的小鳞片,柔软如毛,经火燎者呈棕褐色或暗褐色。体轻,质脆,易折断,断面红棕色,维管束呈黄色点状,排列成环,无臭,味淡,微涩。这种独特的性状使得骨碎补在中药学上具有独特的地位。

二、骨碎补的药学与功效

骨碎补味苦,性温,归肾、肝经。根据中医理论,苦能燥湿,温能散寒,因此骨碎补具有活血行伤止痛、补肾强骨的功效。此外,骨碎补外用还具有消风祛湿的作用。在中医临床上,骨碎补常用于治疗肾虚腰痛、久泄、耳聋、牙疼、骨折损伤以及斑秃等多种病症。

三、骨碎补的医学应用

- 跌扑闪挫,筋骨折伤:骨碎补能活血通经,散瘀消肿,疗伤止痛,续筋接骨,是伤科要药。对于跌扑损伤所致的局部腰膝或四肢肿痛,骨碎补可加速血行,活血散瘀,增强镇痛消肿作用。常与没药、自然铜等配伍使用,以增强其活血化瘀、疗伤止痛的功效。
- 肾虚腰痛,筋骨痿软:骨碎补能补肾强骨,对于肾虚所致的腰痛、筋骨痿软等症状有较好的治疗效果。常与补骨脂、牛膝等配伍使用,共同发挥补肾健骨的作用。
- 耳鸣耳聋,牙齿松动:中医认为,肾开窍于耳,齿为骨之余。因此,骨碎补对于肾虚引起的耳鸣耳聋、牙齿松动等症状也有一定的改善作用。
- 久泄、斑秃、白癜风:骨碎补的温肾止泻作用可治疗久泄;而其外用消风祛湿的功效则对斑秃、白癜风等皮肤病有一定的治疗效果。

四、骨碎补的食用方法与注意事项

- 食用方法
骨碎补通常以煎剂、丸散或外用形式使用。在煎剂中,骨碎补的用量一般为10-15

克,可与其他中药配伍煎服。在丸散中,骨碎补可与其他药物混合制成丸剂或散剂,方便患者服用。外用时,可将骨碎补捣碎后直接敷于患处,或用酒浸泡后涂擦。

2. 注意事项

- 阴虚内热及有血瘀的患者慎用骨碎补。因为骨碎补性温,可能会加重阴虚内热的症状;同时,对于已有血瘀的患者,过量使用骨碎补可能导致血瘀加重。
- 孕妇及哺乳期妇女在使用骨碎补前应咨询医生意见。因为骨碎补具有一定的活血作用,可能会影响胎儿的生长发育或乳汁的分泌。
- 骨碎补不宜与风燥药物同用。风燥药物多具有发散作用,与骨碎补的温补作用相悖,可能影响药效。
- 在使用骨碎补治疗跌打损伤、骨折筋伤时,应注意观察病情变化。如症状持续加重或出现其他不适症状,应及时就医。

五、现代医学对骨碎补的研究与认识

随着现代医学的发展,对骨碎补的研究也日益深入。现代药理学研究表明,骨碎补中含有多种活性成分,如黄酮类、萜类、甾醇类等,这些成分具有抗炎、抗氧化、促进骨

形成等作用。此外,骨碎补还具有一定的抗菌、抗病毒作用,对于预防和治疗感染性疾病也具有一定的潜力。

然而,需要注意的是,虽然骨碎补在中医临床上有着广泛的应用和显著的疗效,但在现代医学体系中的研究和应用仍处于起步阶段。因此,在使用骨碎补治疗疾病时,应充分结合中医理论和现代医学知识,科学合理地选择药物和剂量,以确保患者的安全和有效治疗。

六、结语

骨碎补作为一味具有活血化瘀、补肾强骨功效的中药,在中医临床上有着广泛的应用。通过对其药性、功效、应用以及使用注意事项的详细解析,我们不难发现骨碎补在治疗多种疾病中的独特价值和重要作用。同时,随着现代医学对骨碎补研究的不断深入,相信未来这一中药将在更多领域发挥其独特的疗效和优势。

综上所述,骨碎补作为活血化瘀药与活血疗伤药的代表之一,在中医临床上具有重要地位。通过深入了解其药性、功效、应用及注意事项等方面的知识,我们可以更好地发挥其在治疗疾病中的独特作用,为人类的健康事业贡献更多的力量。

(作者单位:广西贺州市中医医院)

前列腺癌放射治疗的方法与注意事项

□ 李永杰

前列腺癌是男性常见的恶性肿瘤之一,其发病率随着年龄的增长而逐渐上升。放射治疗作为前列腺癌治疗的重要手段之一,具有疗效确切、适应症广、并发症少等优点。本文将详细介绍前列腺癌放射治疗的科普知识,帮助患者和家属更好地了解这一治疗方法。

一、前列腺癌放射治疗概述

前列腺癌放射治疗是利用放射线对肿瘤细胞进行杀灭,从而达到治疗目的的一种手段。根据放射源的不同,前列腺癌放射治疗可分为体外放疗和组织内放疗两种方式。体外放疗是通过外部放射源对前列腺部位进行照射,而组织内放疗则是将放射性物质直接植入前列腺内部,以达到杀灭肿瘤的目的。

二、前列腺癌放射治疗的适应症与禁忌症

1. 适应症

(1) 早期前列腺癌:对于 T1~2N0M0 期的前列腺癌患者,可行根治性放射治疗,以达到治愈的目的。

(2) 局部晚期前列腺癌:对于 T3~4N0M0 或 T1~4N1M0 期的局部晚期前列腺癌患者,可采用局部放射治疗联合激素治疗,以提高治疗效果。

(3) 前列腺癌术后辅助治疗:前列腺癌手术后,如存在肿瘤残存、包膜受侵或 PSA 增高等情况,可行术后放射治疗,以降低复发风险。

(4) 姑息性放射治疗:对于晚期前列腺癌患者,如出现骨转移疼痛等症状,可进行姑息性放射治疗,以缓解疼痛,改善患者生活质量。

2. 禁忌症

前列腺癌放射治疗的禁忌症主要包括广泛转移、恶病质等不能耐受放射治疗的患者。此外,对于有严重心血管疾病、呼吸系统疾病等严重基础疾病的患者,也需谨慎考虑放射治疗。

三、前列腺癌放射治疗的具体方法

1. 体外放疗

体外放疗是前列腺癌放射治疗的主要方式之一。具体方法包括常规外照射、三维适形放疗、调强适形放疗等。常规外照射通常采用前后野和两侧野的四野照射法,照射野包括前列腺和盆腔淋巴结。三维适形放疗和调强适形放疗则通过精确计算和调整放射线的分布,使肿瘤部位接受到更高剂量的辐射,同时减少对周围正常组织的损伤。

2. 组织内放疗

组织内放疗是通过手术将放射性物质植

入前列腺内部,直接对肿瘤进行照射。常用的放射性物质包括 ^{125}I 、 ^{103}Pd 等。与组织外放疗相比,组织内放疗具有剂量分布更均匀、对周围正常组织损伤更小的优点。但需要注意的是,组织内放疗可能导致一些并发症,如尿道狭窄、尿失禁等,因此需要在专业医生的指导下进行。

四、前列腺癌放射治疗的注意事项

1. 治疗前准备

在进行前列腺癌放射治疗前,患者需要进行全面检查,评估全身状况,以确定是否适合进行放射治疗。同时,患者需要了解治疗的目的、效果及可能出现的副作用,以便在治疗过程中积极配合医生的治疗方案。

2. 治疗过程中的护理

在放射治疗过程中,患者需要注意保持良好的生活习惯,如合理饮食、规律作息等。同时,患者需定期接受检查,以监测治疗效果和可能出现的并发症。如出现不适或异常症状,应及时告知医生,以便及时调整治疗方案。

3. 治疗后随访

前列腺癌放射治疗结束后,患者需要定期随访,以监测病情变化和复发情况。随访内容包括体格检查、PSA 检测、影像学检查等。如发现病情进展或复发,需及时采取相应治

疗措施。

五、前列腺癌放射治疗的副作用与并发症

前列腺癌放射治疗虽然具有疗效确切、适应症广等优点,但也可能带来一些副作用和并发症。常见的副作用包括疲劳、食欲减退、恶心、呕吐等。这些副作用通常在治疗结束后会逐渐减轻。此外,放射治疗还可能导致一些并发症,如放射性膀胱炎、放射性直肠炎等。这些并发症的发生率较低,但一旦出现,需要及时就医治疗。

为了降低放射治疗带来的副作用和并发症风险,患者需要在专业医生的指导下进行治疗,并严格遵守治疗计划和注意事项。同时,患者需保持良好的心态和生活习惯,积极面对治疗过程中的挑战和困难。前列腺癌放射治疗是一种有效的治疗方法,适用于不同阶段的前列腺癌患者。通过体外放疗和组织内放疗两种方式,可以对肿瘤细胞进行精确杀灭,达到治愈或缓解症状的目的。然而,患者在接受治疗前应充分了解治疗的适应症、禁忌症及可能的副作用和并发症,以便做出明智的决策。在治疗过程中,患者应积极配合医生的治疗方案,保持良好的生活习惯和心态,以期获得最佳的治疗效果。

(作者单位:广西梧州市红十字会医院)

支原体肺炎的居家护理方法与预防措施

□ 杨沛兰

支原体肺炎,作为一种常见的呼吸道感染疾病,近年来其发病率呈现出上升的趋势。由于其具有传染性,且易在空气流动性差、人员接触密集的环境下传播,因此,对于支原体肺炎的防护和居家护理显得尤为重要。本文将从支原体肺炎的概述、居家护理方法、预防措施以及患者注意事项等方面,为广大读者提供一份详尽的医学科普指南。

一、支原体肺炎概述

支原体肺炎,又称肺炎支原体肺炎(my-coplasmal pneumonia),是一种由肺炎支原体引起的下呼吸道感染疾病。高危人群主要包括吸烟者、婴幼儿和免疫力低下的人群。肺炎支原体病原体主要通过飞沫或直接接触传播,引起呼吸道及肺部炎症,严重者可对全身多个脏器造成损害。此病的发病率在空气流动性差、人员接触密集的环境下会增高。

支原体肺炎的症状一般在感染后 1~3 周开始出现,并在 2~4 天内缓慢恶化。常见的症状包括疲乏、肌痛,发热、剧烈干咳和胸痛等。部分患者可能会伴有咽喉部和耳部疼痛,气促和呼吸困难等其他症状。此外,还有 10%~20% 感染者可能会出现斑丘疹或多形红斑,部分儿童还可能伴有皮疹、血管栓塞、

溶血性贫血、脑膜炎、心肌炎等病症。

支原体肺炎的治疗方式主要为抗生素治疗,大多数轻症患者不经治疗也能自愈。药物治疗包括大环内酯类、四环素类、喹诺酮类的抗生素。此外,遇到疾病起病迅速或难治性疾病的患者,医生会考虑使用糖皮质激素治疗。大多数肺炎支原体肺炎患者预后较好,但部分可为重症病例,可能会并发多种病症,从而影响预后。

二、居家护理方法

1. 基础护理:对于支原体肺炎患者,居家护理的首要任务是保持良好的生活环境和饮食习惯。患者应保持室内空气新鲜,每天定时开窗通风,减少室内病原体。同时,要注意个人卫生,勤洗手,避免与他人共用餐具和洗漱用品。在饮食方面,患者应选择易于消化的食物,保证足够的热量和各种营养素,如增加蔬菜、水果和蛋白质的摄入,以维持免疫系统的正常功能。

2. 镇咳与排痰:支原体肺炎患者常伴有咳嗽症状,为了保持呼吸道通畅,可以采取雾化吸入、叩背、体位引流、吸痰等方式帮助患者排痰。同时,患者应注意保持舒适的卧位,以减轻咳嗽带来的不适。

3. 退热处理:支原体肺炎患者发热时,可采用物理降温或药物降温的方式进行处理。物理降温包括用湿毛巾擦拭额头、腋窝等部位,药物降温则需在医生指导下使用合适的退热药物。

4. 休息与运动:患者在感染初期应多休息,避免过度劳累。随着病情的好转,可以适当进行运动,如散步、慢跑等,以增强身体抵抗力。但需注意,运动应适度,避免剧烈运动导致身体损伤。

三、预防措施

1. 勤洗手:保持手部清洁是预防支原体肺炎的关键措施之一。建议使用肥皂和流动水洗手,特别是在接触口鼻、眼睛等易感染的部位前,可以有效减少病毒和细菌的传播。

2. 通风换气:保持室内空气流通,有助于减少病毒和细菌在空气中的滞留时间,降低感染的风险。建议每天开窗通风 2 次,每次通风 30 分钟左右。

3. 增强免疫力:适度的体育锻炼和营养均衡的饮食有助于提高身体免疫力,减少支原体肺炎的患病几率。建议保持良好的生活习惯,规律作息,避免过度疲劳和情绪波动。

4. 外出戴口罩:在人员密集的公共场所

或呼吸道疾病流行期间,佩戴口罩是减少感染风险的有效手段。应选择透气性好、舒适度高、的口罩,正确佩戴并定期更换。

四、患者注意事项

1. 遵医嘱用药:患者应严格按照医生的建议用药,不可擅自停药或更改药物剂量。如有不适或病情变化,应及时就医并告知医生。

2. 避免交叉感染:支原体肺炎具有传染性,患者应尽量避免与他人密切接触,减少交叉感染的风险。同时,家庭成员也应注意个人卫生和防护措施,避免被传染。

3. 保持心情舒畅:心理状态对于疾病的康复同样重要。患者应保持积极乐观的心态,避免过度焦虑和紧张。家庭成员也应给予患者足够的关心和支持,共同度过难关。

五、结语

支原体肺炎作为一种常见的呼吸道感染疾病,其防护和居家护理对于患者的康复至关重要。通过了解支原体肺炎的概述、居家护理方法、预防措施以及患者注意事项等方面的知识,我们不仅可以更好地应对这一疾病,保护自己和家人的健康。同时,也呼吁广大读者关注健康科普知识,提高自我防护意识,共同营造健康的生活环境。

(作者单位:广西桂平市人民医院)